



壺屋小 保健室 平成28年 1月号



寒くなったり暑くなったりと気まぐれな天気が続いています。しっかりと、カゼ予防・インフルエンザ予防をおこなっていきましょう！！

お正月明けは、ダラダラした生活を続けがちです。体の調子が整っていない時は、ウィルスやさまざまな菌が体の中に入りやすく、カゼやインフルエンザ・胃腸炎になりやすいです。

自分の生活を見直し、元気で楽しい学校生活をおくりましょう！



壺屋小のインフルエンザの児童は0人です!(1月5日現在)
学習発表会も近いです!この調子で、しっかり予防していきましょう!

発育測定の前定

1月7日(木) 1・4・6年生
1月8日(金) 2・3・5年生

発育測定の後には、ミニ保健指導も予定しています。お楽しみに☆



インフルエンザになったら??

「発症した後**5日**を経過し、かつ解熱後**2日**(幼は**3日**)を経過するまでは**出席停止**となります!

熱が下がっても...

インフルエンザウイルスはかぜの原因となるウイルスよりも感染力が強いため、症状が軽くなり熱が下がっても、ウイルスは体内でつくられており、ほかの人に感染させる危険性があります。そのため、発症してから5日を経過し、加えて熱が下がってから2日を過ぎるまでは登校できません。



保護者の方へ【お子様がインフルエンザになったら...】

- ①インフルエンザに罹患した旨を学校への連絡する
- ②「インフルエンザ罹患証明書」に発熱の様子を記録する
- ③兄弟・姉妹がいる場合は、できるだけ感染予防をして登校させる(朝の発熱チェック、マスクの着用など)

37.5℃以上発熱がある場合は、お休みすることをおすすめします

かぜとインフルエンザのちがい

	かぜ	インフルエンザ
症状が出始める場所	局所(鼻・のど)	全身
進み方	ゆるやか	急激
発熱	37~38℃未満の熱	38℃以上の高熱
体調の変化	せき・くしゃみ はなみず・鼻づまり のどの痛み 吐き気・腹痛	かぜの症状 + 足腰や関節に痛み 強い寒気